

2019年10月より

# 姿勢チェックWeek

を実施します!!

日時：毎月1週目のウォーキングレッスン内

※1週目が休館日などの場合、翌週になることもございます。

※参加人数により、所要時間が変わります。

方法：☆おひとり様月に1回までの撮影とさせていただきます。

☆撮影を希望される方は、ご来館されたときに受付表にお名前を書いていただきます。受付された順にお名前を呼んで撮影します。

☆プールサイドのチェックシートの前に立ち、正面と横向きの写真を1枚ずつ撮影します。

☆撮影したデータは保管いたします。3月になりましたら、それまでのデータをまとめてお渡しします。ご自分の姿勢の変化を目で確認できます。

一緒に姿勢美人を目指しましょう!

